



# آسان طبی نسخے



محمد یونس قادری



03023359863



# آسان طبی نسخے

مرتبہ

محمد یونس قادری

جامع مسجد بابا حیدر شاہ۔ محلہ الہیار۔ ٹنڈو آدم۔ ضلع ساٹلہڑ۔ سندھ۔ پاکستان۔ 68050

E-mail: qadriTDM@gmail.com

Cell No: +92302-3359863

## حرف اول

سب تعریف اس مالک کل دو جہاں کو زیبا ہے جس نے روحانی و جسمانی نعمتوں سے مخلوق کو مالا مال کر دیا اور لاتعداد درود و سلام ہوں محبوب رب العالمین ﷺ کے لئے جن کے صدقے ان نعمتوں کو تقسیم کیا گیا۔

جس طرح ہر اونٹ سواری کے لائق نہیں ہوتا، اسی طرح ہر کتاب فائدہ رساں نہیں ہوتی اس دو میں سفید پوشوں کے لئے جس طرح کے مسائل ہیں اس کو وہی جانتے ہیں۔ ان مسائل میں سے ایک اہم مسئلہ کتب کا خریدنا بھی ہے۔

ان تمام باتوں کو مد نظر رکھتے ہوئے طب کی وہ کتب جو کہ راقم کے مطالعہ میں رہی ہیں ان میں سے جو اہم اور آسان نسخے ملے ان کو ان احباب کے لئے "آسان طبی نسخے" کے نام سے جمع کر دیا ہے۔ فائدہ اٹھانے والے سے دعا کی درخواست ہے۔

۶۴

محمد یونس قادری

پیر ۱۲ / اگست ۲۰۱۲

## نسیان (بھول جانا)

دارچینی کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے جیب میں رکھیں اور دن میں تین چار ٹکڑے چبا کر ان کا رس چوستے رہا کریں۔ چند روز بعد قوت حافظہ غیر معمولی طور پر بڑھ جائے گی۔

(ص ۱۵)

## منہ کی بد بو

یہ ایک ایسی بیماری ہے جس سے اچھا بھلا خوش شکل اور مجلسی آدمی احساس کمتری کا شکار ہو جاتا ہے اور لوگ اس کے پاس بیٹھنے سے گریز کرنے لگتے ہیں۔ ایسے اشخاص کو چاہیے کہ دن میں ایک دو مرتبہ سونف منہ میں ڈال کر چبایا کریں اس سے منہ کی بد بو دور ہو جائے گی۔

(ص ۳۳)

**نوٹ:** پسینہ کی بد بو کو دور کے لئے بھی یہ نسخہ مجرب ہے دن میں تین بار استعمال کریں۔

## آواز بیٹھ جانا

صرف سونف کو منہ میں ڈال کر چباتے رہنے سے آواز کھل جاتی ہے اور حلق کی خشکی دور ہو جاتی ہے۔

(ص ۳۴)

## حناق (گلا گھٹنا)

اصطلاح طب میں ایک شدید ورم کو حناق کہتے ہیں جو کہ اعضائے حلق میں واقع ہوتا ہے جس سے مریض کو کھانے پینے بلکہ سانس لینے میں بھی دشواری ہوتی ہے۔

**اسباب:** نزله و زکام بگڑ جانے یا کسی غلطی کی زیادتی سے یہ مرض وقوع پزیر ہوتا ہے۔

**علامات:** مریض کو ایسا معلوم ہوتا ہے کہ حلق میں کچھ اٹکا ہوا ہے۔ بعض دفعہ آواز بھی بند ہو جاتی ہے درد ہو کر بار بار رکھائی اٹھتی ہے۔

**ہوا لسانی:** الماس مٹولہ کو آدھا سیرودھ میں جوش دے کر مریض کو غرغرے کرائیں

(ص ۳۵)

انشاء اللہ آدھے گھنٹے کے اندر مریض رو بہ صحت ہوگا، مجرب ہے۔

**نوٹ:** اگر حلق سے اندر بھی اتر جائے تو کوئی نقصان نہیں۔

## پیٹ کا درد

معدہ بدن انسانی میں وہ بہترین عضو ہے جس میں غذا جیسی ضروری چیز پکتی ہے۔ معدہ کا کسی مرض میں مبتلا ہو جانا گویا تمام بدن کے بیمار ہونے کے ہم معنی ہیں۔ کیونکہ جو نقص معدہ میں ہوگا وہ غذا کے ذریعے تمام بدن میں پہنچ کر خراب اثر پیدا کرے گا۔ لہذا معدہ میں اگر ورسا بھی نقص ہو تو اس کو معمولی سمجھ کر خاموش نہیں ہونا چاہیے بلکہ اس کے علاج کا فکر کرنا چاہیے۔

آک کے پھولوں کے لوگ حسب ضرورت لے کر اس کے برابر وزن نمک سیاہ یا عام نمک جو گھروں میں استعمال ہوتا ہے اور مرچ سیاہ تینوں چیزیں ہموزن لے کر کوٹ لیں اور رتی رتی کی گولیاں بنالیں۔ یہ اکسیر گولیاں بفضلہ تعالیٰ پیٹ درد، بھوک نہ لگنا، بیضہ





## پستان پر چوٹ لگنا

یہ بہت تکلیف دہ بیماری ہے اگر چوٹ گتے ہی اس کا علاج کر لیا جائے تو فوراً تکلیف دور ہو جاتی ہے لیکن علاج میں کوتاہی اور غفلت کرنا بسا اوقات بیماری کے بڑھ جانے کا باعث بن جاتا ہے۔

مغز بادام ایک تولہ (جو کہ چھیل لیے ہوں) کشمش ایک تولہ، مٹی ایک تولہ تینوں چیزوں کو پانی کی مدد سے خوب گھوٹ کر زرا نیم گرم کر کے دن میں تین مرتبہ لپ کریں۔ انشاء اللہ تین دن میں شریطہ فائدہ ہو جائے گا۔ بارہا مرتبہ کا تجربہ شدہ نسخہ ہے۔  
(گھر کا علاج۔ ص ۷۴)

## حیض کا جاری کرانا

بنولہ تین چار تولہ لے کر کوٹ لیں اور آدھا سیر پانی میں جوش دیں۔ آدھا پاؤ پانی رہنے پر اتار لیں اور صاف کر کے چھنی ملا لیں۔ تین روز پلائیں خون حیض جاری ہو جائے گا خواہ کتنی دیر سے رکھا ہوا۔  
(ص ۵۳)

## پستانوں کا لٹک جانا

پوست انار (ناپال) ایک سیر، مازو آدھا پاؤ دونوں کو نیم کوب کر کے چار گنا پانی میں جوش دیں جب ایک سیر پانی باقی رہے تو تلوں کا تیل ایک سیر ڈال کر پکائیں جب ایک سیر پانی جل کر صرف تیل باقی رہے جائے تو اس کو صاف کر کے رکھیں اور پستانوں پر روزانہ صبح و شام لگائیں۔

(ص ۱۲۲)

## خارش اندام نہانی

گندھک آمہ سار ۲۵ گرام، کھج دیسی ۵ تولہ دونوں کو کڑ چھی میں ڈال کر نرم آگ پر رکھیں جب ساری کڑ چھی جھاگ بن جائے گی تب اتار لیں اور سرد ہونے پر کھجی اور گندھک علیحدہ علیحدہ کر لیں۔ اس کھجی کو اندام نہانی میں لگائیں اور گندھک ۴ رتی دودھ سے دن میں ایک بار کھلائیں بفضلہ آرام آ جائے گا اور قیمتی سے قیمتی نسخے فیل ہو جائیں گے۔  
(ص ۱۸۹)

(عورتوں کے امراض اور ان کے علاج۔ حکیم نور محمد چوہان)

## نروس سسٹم کو طاقت دینے والی بوٹی

چار سے چھ ماشہ ملٹھی کا سفوف دودھ کے ساتھ دو چار ماہ تک استعمال کریں اور قدرت کا تماشا دیکھیں۔

(ص ۱۱)

## موٹا ہونے کے لئے

اسگندھ ناگوری اور بدھارا ہموزن سفوف بنالیں اور ان کے ہم وزن مصری ملا لیں۔ چھ ماشہ روزانہ صبح و شام دودھ سے کھاتے رہیں



ایک دو ماہ میں دبے پتلے انسان موٹے تازے بن جاتے ہیں۔ اس کے علاوہ جریان، احتلام، ہرعت، انزال جیسے امراض بھی اس سے دور ہو جاتے ہیں کمر درد اور جوڑوں کے درد بھی دور ہو جاتے ہیں۔ اس کی خوبی یہ ہے کہ یہ دوا قبض کشا ہے۔ (ص ۱۵)

(محررات۔ ڈاکٹر الیس پی ہتہ)

## سرعت انزال

کیکر (بول) کی کچی پھلیاں جن میں ابھی جج نہ پڑا ہو لے کر سایہ میں خشک کر کے سفوف بنالیں اور اس سفوف کے ہموزن مصری ملا لیں صبح و شام ۶ ماشہ دودھ کے ہمراہ لیں کم از کم ایک ماہ استعمال کریں۔ شرط یہ نسخہ ہے۔

(خرمیتہ المحررات۔ پنڈت کرشن کنوردت شرما۔ ص ۱۶)

## پرسوت کے لئے

ہڑتال ورقہ ایک تولہ۔ زاج ۵ تولہ۔ شیرمد ار تولہ سب کو سفوف بنا کر گھل حکمت کر کے پانچ سیر کی آگ دیں سرد ہونے پر نکال کر پیس لیں اور محفوظ کر لیں۔ ایک رتی خوراک ہر قسم کے بخار کے لئے نیا ہو یا پرانا۔ کھانسی اور امراض او جاع کو بھی مفید ہے اور پرسوت کے لئے بے نظیر ہے۔

(راز الاطباء۔ حکیم محمد عبدالرحیم جمیل۔ ص ۵۹)

## سرعت انزال اور نامردی

سوا سیر کچلوں کا سفوف لیں اور ایک کڑا ہی میں آدھا ڈال کر درمیان میں ۵ تولہ شگرف کی ڈلی رکھ کر اوپر ڈھانی سیر کھی اور باقی سفوف کچلہ ڈال دیں۔ جل جانے پر اتار کر شگرف پیس لیں۔ ۲ چاول خوراک ہمراہ مکھن استعمال کریں۔ مسک ہونے کے علاوہ نامرد کے لئے بھی عجیب چیز ہے۔

(شگرف کے کرشنے۔ حکیم بشیر احمد علوی۔ ص ۱۹۲)

## پرانا بخار

ملیریا بخار بڑا خونخوار اور تکلیف دہ مرض ہے۔ یہ عموماً ہر سال باقاعدہ آتا ہے بکثرت مریضوں کو قضا کی گود میں سلا دیتا ہے۔ جب یہ پرانا ہو جاتا ہے تو بڑی مشکل سے قابو آتا ہے ڈھیروں گولیاں، کپسول اور انجکشن دینے پر بھی اکثر پیچھا نہیں چھوڑتا۔ مرض بڑھتا گیا جوں جوں دوا کی۔ یہ کہاوت اس پر صادق ثابت ہوتی ہے۔ ایسی مایوس کن حالت میں ذیل کا ایک بالکل معمولی سا نسخہ اس مرض کو خج وین سے اکھاڑ پھینکتا ہے۔ بڑی بڑی نامی دواؤں سے زیادہ مفید ثابت ہوتا ہے اور معالجیں کو حیرت میں ڈال دیتا ہے اکثر بوڑھوں کو اس کا علم ہے لیکن نئی نسل کے وید اور حکیم اس سے عموماً نا آشنا ہیں۔ یہ بیش قیمت نسخہ کہیں ناپید نہ ہو جائے محض اس لئے اسے صفحہ قرطاس پر بکھیر دیا ہے۔

اجوائن دیسی ۶ ماشہ۔ مغز بادام ۵ عدد، کالی مرچ ۵ عدد، تازہ گلو لبائی میں ایک باشت بھر رات کو بھگو دیں اور صبح کو (کالا یا سفید)

نمک حسب ذائقہ ملا کر ان تمام ادویہ کو چٹنی کی طرح رگڑ لیں اور پھر آدھا پانی ملا کر کپڑے سے چھان لیں اور صبح نہار منہ پلائیں ایک ہفتہ میں پرانے سے پرانا بخار دور ہو جاتا ہے۔ بھوک چمک اٹھتی ہے۔ (پچاس صدی مجربات۔ وید جگن ناتھ۔ ص۔ ۷)

### درد شقیقہ (تریق عصابہ)

اسٹوخودوس ۶ ماشہ۔ مرچ سیاہ ۶ ماشہ۔ کشنیز ۶ ماشہ۔ سب کو علی الصبح سورج نکلنے سے پہلے مثل سردانی کے گھوٹ کر پلائیں نہایت ہی مجرب ہے۔ (ص۔ ۸)

### بواسیر

سفوف مغز کرنبوہ ۶ ماشہ۔ شکر سفید (چینی) ۶ ماشہ باہم ملا کر سفوف بنالیں یہ ایک خوراک کا نسخہ ہے ضرورت کے مطابق زیادہ بنا لیں۔ بواسیر خونی و بادی کے مفید ہے اس دوا سے ہمیشہ کے لئے بواسیر سے نجات مل جاتی ہے۔ ایک تولہ یہ خوراک روزانہ نہار منہ ہمراہ ٹھنڈے پانی سے استعمال کریں اور غذا میں کھجی کا استعمال زیادہ رکھیں۔ (ص۔ ۳۰)

(طبی صندوتھ۔ حکیم محمد عبدالرحیم جمیل)

### سفوف رسان بدن

یہ نسخہ نہ صرف جریان کو مفید ہے بلکہ سرعت انزال، احتیام، کمر کا درد، پیشاب کا بار بار آنا، دل کی دھڑکن، سانس کا پھولنا، نظر کی کمزوری وغیرہ بے شمار بیماریوں کے لئے اکسیر صفت ہے۔ اسگندھ ناگوری کا سفوف بنالیں اور ہم وزن مصری ملا لیں چھ ماشہ صبح و شام دودھ کے ساتھ کم از کم چالیس روز استعمال کریں عجیب چیز ہے۔

(کمزوری اور نامردی کا علاج۔ حکیم محمد عبداللہ۔ ص ۴۲)

### درد رحم

ریوند خطائی حسب ضرورت لے کر باریک پیس لیں اور اس کے ہم وزن مصری ملا لیں بس دوائے رحم تیار ہے۔ چھ ماشہ کی مقدار میں استعمال کرائیں دن میں دو بار۔ درد رحم خواہ کسی وجہ سے ہو رہا خواہ ماہواری ایام کی وقت سے ہو رہا ہو۔ یا وضع حمل اس کا باعث ہو (ص۔ ۱۴۴)

### شربت حسن افزاء

شگرف ایک تولہ، ٹائری ایک تولہ ہر دو کو باہم ملا کر ۴ انگشتہ خوب زور دار ہاتھوں سے کھل کریں پھر ایک سیر مصری کا قوام تیار کر کے یہ سفوف شامل کر دیں ٹھنڈا ہونے پر ست الاچھی تین ماشہ، ست پودینہ ڈیڑھ ماشہ شامل کر دیں بس شربت حسن افزاء تیار ہے۔ دو تولہ پانی میں ملا کر نوش فرمایا کریں دن میں ایک بار اس دوران دودھ کھجی خوب استعمال کریں۔

مقوی باہ، مقوی جگر اور قلب ہے رقت منی اور جریان کے ازالہ کے لئے مفید ہے چونکہ اس کے استعمال سے خون وافر مقدار میں



پیدا ہوتا ہے اس لئے رنگ ورخسار کو نکھارتا ہے اور جسم و جان میں طاقت اور توانائی پیدا کرتا ہے۔ (ص ۱۵۸)

### اکسیر دمہ

شنگرف رومی ایک تولہ، قنفل سیاہ ایک تولہ، مگھاں ۶ ماشہ، مصری ایک تولہ۔ پہلے شنگرف اور قنفل کو باریک میدہ کی طرح کر لیں پھر مصری اور مگھاں ملا کر غبار بنالیں پس اکسیر تیار ہے۔ دو، دو رقی کی خوراک آب نیم گرم سے صبح و شام لیں۔ لیسدار، اشیاء سے پرہیز کریں۔ دمہ اور بلفمی کھانسی کے لئے اپنا حرا کا راشد کھا کر مریض کو آرام کر دیتی ہے۔ (کنز الاطباء۔ حکیم محمد عبداللہ۔ ص ۱۶۲)

### گرمی کا اثر

رتن جوت ۶ ماشہ روزمرہ مثل سردائی کھوٹ کر چھان کر ۲ تولہ مصری ملا کر پلائیں۔ گرمی سے جن کا تالو جلتا رہتا ہوں یا پیشاب میں جلن ہو یا سوزاک ہو اس کے مفید ہے۔

(گلدستہ مجربات۔ حکیم اللہ بخش فیروز پوری۔ ص ۹۲)

### جوشاندہ مخرج بلغم

زوقا ۵ ماشہ، انجیر ۴ عدد، ملٹھی مقشر ۶ ماشہ، گل بنفشہ ۳ ماشہ، ہر چہارادو یہ کو مناسب مقدار پانی میں ڈال کر جوش دیں اور دن میں دو یا تین مرتبہ پلائیں۔ تمام جوشاندے کے تین حصہ کر لیں اور ایک ایک حصہ پلائیں۔ یہ جوشاندہ بلفمی کھانسی میں جب کہ سینہ میں بلغم بہت زیادہ جم رہی ہو اور نہ نکلے اس جی ہوئی بلغم کو باسانی خارج کرتا ہے اور بلفمی بخار جو کہ اکثر شام کو ہوا کرتا ہے اس کے لئے بھی مجرب ہے۔ (ص ۳۶)

### پیام شفا

عمدہ گلقد ۵ تولہ، زیرہ سفید ۲ تولہ۔ زیرہ کو باریک سفوف بنا کر گلقد میں ملا لیں صبح و شام کھانا کھانے کے بعد ایک تولہ کھلائیں۔ کھانا کھاتے ہی تے کا آجانا ترش ڈکاریں، بد بھمی، اچھارہ بھوک نہ لگنا وغیرہ امراض شکم میں مجرب ہے۔

(حلیفہ مجربات۔ حکیم محمد عبداللہ۔ ص ۱۰۷)

### کشتہ سنکھیا یا شنگرف یا ہڑتال ورقیہ

ایک تولہ کوئی سی بھی ایک چیز لے کر ۲ تولہ آک کے دودھ میں خوب کھل کر لے گولی بنالیں جب یہ گولی خشک ہو جائے تو مٹی کی پیالیوں میں لب لب بند کر کے دو بڑے بڑے دو پیالوں میں رکھ کر ہوا سے بچا کر آگ دیں سرد ہونے پر نکال لیں۔ ایک چاول سے دو چاول تک مکھن سے کھلائیں، نامردی، کمزوری، اعصاب اور بلفمی امراض کے واسطے مثل تریاق ہے۔

(تحفہ لقان۔ عبد الجبار قادری۔ ص ۱۰۴)

### جنسی قوت کا خزانہ

آدھا سیر موصلی سفید، موزن دودھ میں پکائیں۔ جب تمام دودھ خشک ہو جائے تو سائے میں رکھ کر سکھالیں۔ سفوف بنا کر ایک

تولہ جانفل اور ایک تولہ جاوتری ملا دیں اور شہد کے ہمراہ جنگلی پیر جتنی بڑی گولیاں بنالیں روزانہ ایک گولی رات کو دودھ سے لیں۔ قوت باہ میں اضافہ کرتی ہے اور مٹی کو گاڑھا کرتی ہے۔  
(مردانہ قوت بڑھائیں۔ سلطان خان عظیم۔ ص ۷۶)

### مقوی باہ معجون

زردی بیضہ مرغ ۳۰ عدد۔ مالگنی ایک سیر۔ لونگ۔ جانفل۔ مغز اخروٹ۔ موصلی سفید ہر ایک سو تولہ۔ مرچ سیاہ ایک تولہ۔ پرانا گڑ ایک سیر۔ سب چیزوں کو کوٹ کر آپس میں ملا لیں ۶ ماشہ سے ۲ تولہ تک صبح و شام استعمال کریں۔ اس سے قوت حافظہ غضب کی ہو جاتی ہے۔ یہ بہت حیرت انگیز طور پر مقوی باہ ہے۔ اگر بطن پیدا کرنے والی اشیاء سے پرہیز کیا جائے تو اس کی مداومت سے جوانی کے دنوں میں سفید شدہ بال بھی از سر نو سیاہ ہو جاتے ہیں اور بدن کندن کی طرح چمکدار ہو جاتا ہے۔ (نئی جوانی۔ پنڈت کرشن کنوردت شرما۔ ص ۷۰)

### آلہ تناسل کو سخت کرنے کے لئے

ایک ہلیلہ کالی کو باریک سفوف بنا کر ہموزن شہد ملا کر چالیس روز تک ایک عدد کے حساب سے روز کھائیں۔ پھر تماشا دیکھیں۔  
(مغربات بوعلی سینا۔ ص ۳۳)

### سفوف اکسیر برائے جریان۔ احتلام۔ سرعت انزال

اسکندھ ناگوری، بدھارا، ستاور، ہموزن لیں اور ان کے ہموزن مصری ملا کر سفوف بنالیں ایک تولہ صبح و شام دودھ سے لیں۔  
(جنسی امراض اور ان کا علاج۔ کرنل بھولانا تھ صاحب بہادر۔ ص ۲۰۹)

### جسم میں طوفانی طاقت لانے والی واحد مجرب دوا

بھلا وہ ۵ تولہ، کالے تل۔ ۱۰ تولہ، زردی مرغ ۱۲ عدد، سم الفار ۶ ماشہ، شگرف ایک تولہ۔ پہلے شگرف اور سم الفار کو سفوف بنا کر انڈوں کی زردی میں کھل کر لیں۔ پھر تل اور بھلا وہ کوٹ کر ملا لیں اب اس میں ۵ تولہ دیسی کھی ڈال کر پتال جنتر سے تیل نکال لیں۔ یہ تیل ۴ رتی خوارک مکھن سے دیں۔ یہ نسخہ جناب حکیم شیخ محمد عابد انصاری سیوہانی رحمۃ اللہ علیہ شاہی طبیب یمن کا ہے موصوف نے ۱۸۴۱ء میں مدینہ منورہ میں وفات پائی۔  
(تحفا طبیبین جا۔ حکیم اعجاز حسین چانڈیو۔ ص ۷۵)

### سفوف مفرح

دھنیا خشک اور زیرہ سفید، ہموزن کا سفوف بنالیں۔ ۶ ماشہ ہمراہ قبوہ سونف و گل مرخ کے لیں۔ کھاتے ہی جسم سے تیزابیت کو ختم کر دیتا ہے جلن، گھبراہٹ، اماس جسم، عظیم قلب بوجہ تحلیل کے لئے بے حد مفید ہے اور سوزاک کے لئے بھی اعلیٰ درجے کی دوا ہے۔  
(میرا مطلب معہ علم العلاج۔ حکیم محمد یاسین و محمد شریف دنیا پوری۔ ص ۱۱۷)

### غدی اعصابی ملین

نوشادر ٹھیکری ۳ تولہ، سوٹھ ۳ تولہ، کالی مرچ ۲ تولہ، ریوند خطائی ۶ تولہ، سناکی ۶ تولہ سب کو سفوف بنا کر بڑے چنے کے برابر گولیاں بنالیں (یا ایک ماشہ کا کپسول بھر لیں) ایک تا دو گولی تین مرتبہ دن میں ہمراہ دودھ یا نیم گرم پانی سے دیں۔ ترش و تیزاب سے ہونے والی



علامات کے لئے بے حد مفید ہے۔ کھنکھاتی ہوئی اور رقان کو دور کرنے کے لئے اعلیٰ درجہ کی دوا ہے۔

(میرا مطلب معہ علم العالج۔ حکیم محمد یاسین محمد شریف دنیاپوری۔ ص ۳۸۴)

### دافع ملیریا (نوبتی بخار تب لرزہ)

ہر تال و رقیہ یک تولہ۔ بھٹکوی سفید ۲ تولہ۔ وہنوں کو پیس کر ملا لیں اور تالے پر رکھ کر نیچے گگ جائیں جب بڑیاں ہو جائے تو تالے کو پیس لیں۔ سبزی مائل (برنگ زرد سبزی) ہوگا۔ میرے لئے اکسیر اور تریاق ہے۔ ایک رقی سے تین رقی تک خورک تین مرتبہ دن میں کسی بھی شربت سے دیں۔  
(گلج مغنی۔ حکیم محمد عبد رحیم جمیل۔ ص ۱۵۲)

### عرق النساء۔ وجع المفاصل اور ہر ایک درد کے لئے

ستہر۔ سونٹھ۔ سنگدھن گوری۔ مصر۔ یہ ایک تولہ تولہ سب کا سفوف بنا کر گھسگوار کے وہ تولہ رس میں چنے کے برے گویاں بنائیں۔ صبح و شام ایک ایک گون پانی سے لیں۔ کوڑیوں کی دوا سے موتیوں کے فوائد دیکھیں۔ (تیر بسد ف۔ حکیم محمد ظفر اللہ ناصر۔ ص ۵۰)

### نزله وزکام

بھٹے ہوئے چنے سات عدد و مرغ سیاہ ایک عدد نہ چبائیں۔ چار یوم کے بعد خود دیریاں چودہ عدد و رود عدد و مرغ سیاہ شروع کریں۔ ایک ہفتہ کے بعد خود دیریاں اکیس عدد و قنصل سیاہ تین عدد۔ وہ ہفتہ تک اسی طرح اس عمل کو کرتے رہیں نشاء اللہ خدا کے فضل سے وہ تین ہفتہ کے عرصہ میں مدت کا نزلاہ و زکام کا فور ہوگا۔  
(ص ۹)

**نوٹ:** جو فصدہ صحت کی طرف آنے میں کو نزلاہ کہتے ہیں اور جو ناک کے راستہ خارج ہو اس کو زکام کے نام سے موسوم کرتے ہیں۔ نزلاہ زکام سے زیادہ تکلیف دہ و خطرناک ہوتا ہے کیونکہ اس کا زہر یا مادہ اندر گرنے سے طرح طرح کی بیماریاں پیدا کرتا ہے۔

### پتھری مشانہ

ریوند چینی حسب ضرورت لے کر بار ایک پیس لیں وہ ماشہ سے چار ماشہ تک پانی کے ہمرہ دیا کریں۔ بڑی مجرب ہے۔

(ص ۱۵۰)

### فوری اثر طلا

دونگ کو بار ایک سفوف مثل غبار بنا کر شیشی میں سنبھال رکھیں۔ رات کے وقت تقریباً ایک ماشہ وہ ہتھیلی پر رکھ کر عجب دہن کے ساتھ پیس بنائیں۔ حشفہ و رسیوں چھوڑ کر عضو پر ضاؤ کر کے اور پر برگ و ستورہ یا برگ ارغہ رکھ کر بلکی سی پٹی باندھیں۔ صبح کھول کر عضو کو گرم پانی سے صاف کر دیا کریں۔ اگر عضو پر شور نمودار ہو تو اسی وقت یہ دوا ترک کر کے جلا ہوا کھی لگایا کریں جب دہن معده ہو جائے تو پھر یہی عمل شروع کریں۔ دہن پیدا ہونے پر بند کر دیں۔ اسی طرح وہ تین بار عمل سے بفضلہ قائل کے تمام نفاکس دور ہو جائیں گے۔

(ارزاں چٹکے۔ حکیم محمد رحمت اللہ۔ ص ۱۸۲)

### ممسک

سم غار سفید و رطب شیر بموزن کو سواہ پیر (۳۱ گھنٹے) کھل کر کے محفوظ رکھیں۔ عصر کے وقت ایک چاول کے بقدر بتاشہ میں ڈال کر رکھ لیں۔ ہر سے دو دوہ جتنا دل چاہے پی لیں۔ بعد امساک پیدا کرتا ہے۔  
(ص ۱۳۳)



## مقوی باہ

ہر در یک عدد کو اتوارہ نگھی میں جلائیں۔ جب جل جائے تو بلا در کونڈال میں۔ اس نگھی میں ایک عدد مرغ بریاں کریں ہر روز ایک عدد کھائیں۔ نگھی کا استعمال زیادہ کریں۔ ایک ہی ہفتہ میں ناقابل ضبط قوت باہ پیدا ہو جائے گا۔

(مفتاح الخزانہ۔ حکیم کریم بخش۔ ص ۵۵۹)

## کشتہ اذراقی

کچلہ حسب ضرورت کسی چینی کے برتن میں ڈال دیں۔ اس پر آب گھیگو اس قدر ڈالیں کہ کچلہ سے دو انگل وپو چڑھ جائے۔ پھر سائے میں محفوظ رکھیں۔ جب پانی خشک ہو جائے تو اسی طریق پر آب اور ک سے وہ مرتبہ خشک ہوتا کریں۔ پھر باہن دہتے میں ہر ایک کر میں۔ نہایت سہانی سے کونہ جے گا یہی اس کا وصف ہے۔ دوسرے یہ کہ اس کے پتے نکالنے اور چھلکا اتارنے کی بھی کوئی مصیبت نہیں ہوتی ورس سے کسی قسم کا ضرر نہیں ہوتا۔ ہانسم قبض کشا ہے۔ دھرتی ملانی میں رکھ کر یا دودھ کے ہمراہ استعمال کرائیں۔ پٹھوں کے کل امراض مثلاً متوہ۔ فوج۔ وجع مناسل۔ درد ریتی ضعف باہ۔ ضعف اعصاب کے لئے مفید ہے۔ (ص ۱۴)

## روغن ریم و درد گوش

کیکر کے پھول ۲ تولہ۔ روغن سرسوں ۱۲ تولہ میں جلا کر تیل کو صاف کر کے محفوظ کریں۔ چار قطرے کان میں ڈالیں۔ سردی کا موسم ہو تو نیم گرم کر لیں۔ کان سے پیپ بہتی ہو اور درد ہو تو اس روغن سے فی الفور آرام آ جاتا ہے۔ (ص ۲۰)

## دانتوں کا صاف کرنے والا منجن

مستطوری۔ سفید و ریٹھ سوڈا۔ موزن سفوف بنالیں۔ برش یا مسواک سے دانتوں پر اچھی طرح میں۔ یہ دانتوں کو صاف اور مضبوط کرتا ہے ورنہ دانتوں کا خون بند کرتا ہے۔ (ص ۲۱)

## سفوف مقوی معدہ

مستطوری رومی۔ دنہ۔ اچکی خورد۔ طباشیر۔ ہر ایک تین ماشہ۔ مصری ۹ ماشہ۔ ان سب کا سفوف بنالیں۔ تین ماشہ سے چھ ماشہ تک استعمال کریں۔ حد درجہ مقوی معدہ ہے۔ بھوک بڑھاتا ہے اور اسہال معدی کے لئے بھی مفید ہے۔ (ص ۳۱)

## شربت کھانسی

عنب تیس دنے۔ سوڑیاں پچاس عدد۔ عطی۔ خبازی۔ گل بنفشہ ہر ایک ایک تولہ۔ انجیر بیس عدد۔ زعفران۔ ملٹھی ہر ایک تین تولہ۔ پر سافو شان دو تولہ۔ مصری آدھا کلو۔ مصری کے سوا تمام وہ انیس رات کو ایک سیہ پانی میں بھگو کر صبح کو جوش دیں۔ جب آدھا سیر رہ جائے تو تل چھان کر مصری ملا کر شربت تیار کریں۔ تین تولہ یہ شربت پانچ تولہ عرق گاہ زبان اور قدرے پانی ملا کر استعمال کریں۔ تین مرتبہ دن میں۔ معمولی نزہت کام کھانسی میں مامطور پر صرف پانی ملا کر دیا جاتا ہے۔ یہ شربت کھانسی اور ہر قسم کے نزلہ و زکام پختہ خام۔ نمونیہ۔ دمہ۔ سل کے سے کسیر و عجیب و غریب خاص چیز ہے۔ بلغم کو پکا کر نکالتا ہے۔ ذات الحجب کے علاج میں غفلت کرنے سے کھانسی و درد پر ہوتا ہو جانے و رزخم بن چکا ہو تو کسی حالت میں یہ شربت عجیب اثر دکھاتا ہے۔ (ص ۳۲)

## کشتہ سنگ یہود برائے پتھری

سنگ یہود ہتھولہ کوموں کے ایک سیر پانی میں کھل کر کے نکلیے جائیں۔ رگل حکمت کر کے ۵ سیر پانی کی جگ دیں۔ سرد ہونے پر ڈال کر سفوف بنالیں وہ رتی خورک کچی ای سے صبح و شام استعمال کرائیں۔ یہ کشتہ پتھری ریگ درہ۔ سوزک وغیرہ کے سے مجرب الحرب ہے۔

(ص۔ ۱۷۰)

## سفوف جریان

تاکمھانہ ۴ تولہ۔ طب شیر ۲ تولہ۔ کشتہ قلعی ۳ ماشہ۔ دانہ ۱۱ بجی خورد ۶ ماشہ سب کو سفوف بنالیں۔ تین ماشہ صبح و شام ہر ہ شیر گاہ استعمال کریں۔ خصوصاً جن کے مزج میں زیادہ گرمی ہو اور اعضا رسے کمزور ہوں ان کے لئے از حد مفید ہے فی کوگا زحمت کرتا ہے بعدہ و قلب کو طاقت دیتا ہے

(ص۔ ۱۹۱)

## کشتہ سم الفار برائے رعشہ و فالج وغیرہ

سم الفار سفید۔ بھٹکوی۔ نوشادر۔ یہ چیز ہموزن لیں اور تینوں کو ماسونا سا کوٹ میں زیادہ باریک نہ کریں۔ پھر ایک مٹی کے کوزہ میں ڈال کر وہ پر تین کا ایک پترہ بطور ڈھکن لگا کر اس میں ایک سوراخ کر لیں اور ڈھکن کو ارد گرد سے مٹی سے بند کر دیں پھر سکتے ہوئے کونوں میں رکھ دیں۔ جب سوراخ سے دھواں نکلنے لگے تو اس میں ایک آسنی سلاخ ڈال کر اسے ہلکا سا شروع کر دیں جب سفید دھواں نکلان شروع ہو تو کوزہ کو تار لیں۔ جب سرد ہو جائے تو سب کو تھیں لیں۔ ایک چاہل مکھن یا ملائی سے دیں یہ بے نظیر نسخہ رعشہ کے سے خاص طور پر مفید ہے و رفت۔ ستوہ۔ سترخانہ۔ غدر۔ درورتج اور ہ قسم کی دروہوں کے لئے عمدہ چیز ہے۔ خاص فی ص مٹلی کشتہ ہے۔ (ص ۲۴۷)

## شیر مقوی باہ

۶ ماشہ گوند چھوہارہ ایک سیر وہ دھ میں پیس کر ڈال دیں اور جوش دیں۔ جب وہ دھ کا رنگ گلہبی ہو جائے تو تار کر بقدر ضرورت مصری مد لیں و رسو تے وقت پی لیں۔ نہایت مقوی باہ ہے جریان کو دفع کرتا ہے اور امساک پیدا کرتا ہے۔ یہ ایک جامع ترایب ہے جس کی موجودہ زمانے میں نہایت ضرورت ہے۔

(ص ۳۴۲)

## دوانے یرقان

بھٹکوی سفید تولے پر بریاں کر کے پیس لیں۔ پہلے دن ایک چنگی۔ دوسرے دن وہ چنگی۔ تیسرے دن تین چنگی دی کے ہر ہ استعمال کریں۔ تین دن کے بعد تین چنگیاں رہ زائد استعمال کرتے رہیں۔ یرقان زرد و سیاہ کے سے نہایت مفید وہ ہے کثر وقت ایک ہفتہ میں حکمی شفا بخشی ہے۔

(محررات سلطانی۔ حکیم مولوی محمد یار خان ہیکھر قریشی علمی تشبندی۔ ص ۴۵۸)

## بدن کا لرزنا یا رعشہ

اس مرض میں انسان کے اعضا بالخصوص ہاتھ کسی چیز کو پکڑتے وقت یا لکھتے وقت لرزتے ہیں اور اکثر یہ مرض ہضم کی زیادتی یا

کثرت جماع یا شرب نوشی کی وجہ سے ہوتا ہے۔ بلغمی ریشہ کا علاج بلغم کا تھپیہ کرنا ہے اور جماع اور شرب نوشی کے ریشہ کا علاج جماع یا شرب کو ترک کرنا ہے اور اس کا علاج مرغی کے اندھوں کو اس طرح کھانا ہے کہ آدھا اندھ کچا ہو اور دھاپکا۔

(طب آب حیات۔ میاں محمد اسلم۔ ص ۴۰)

### مقوی باہ حلوہ

بھلہ وہ پونے نو تولہ سے کرک کی نوپیاں ۱۲ اردیں اور چوبیس یہ گائے کے وہ دھ میں ہلکی مگ پر پائیں حتی کہ کھویا بن جائے تو بھلہ وہ نکال لیں اور بیک سیرمیدہ ڈال کر مناسب چینی اور گھی ملا کر بھون لیں اور طلحہ بنائیں اور روزانہ وہ تو صبح کھا کر وہ پے سے وہ دھ پی میں۔ یہ نسخہ بڑے بڑے خن کا زمودہ ہے قوت باہ کے لئے اکیر ہے۔

(مرادانہ طاقت۔ حکیم شمس الدین، سابق پرنسپل طبیبہ کان دہی ندیا۔ ص ۲۱۹)

### ہر قسم کے زخموں کے لئے

۱۶ عدد بھلہ ۱۰۰ سے کرک پائیل کے تیل میں جلا لیں اور چھان کر اس میں ایک تولہ سنگھراحت چس رحل کریں وہ تیار ہوگئی۔ مرغی کے پر سے زخم پر چائیں۔ زخموں کو بھرنے میں بے نظیر ہے۔ یہاں تک کہ مویشیوں کے زخموں کے لئے بھی۔

(حکمت کے راز۔ حکیم دیوان کا بہن چند صاحب پور پشاور یہ، سابق وزیر مہتمم پشاور۔ ص ۱۴۷)

### قیمتی معجونوں کا مقابل

بھنے ہوئے چنے اور بادام مقشر ہموزن سفوف بنائیں ایک چمچ روزانہ کھائیں۔ بڑے بڑے قیمتی معجونوں کا کرتا ہے۔ شہوت کو بڑھاتا ہے۔

(ادویات باہ۔ پنڈت نھاردت شرما۔ ص ۳۰۳)

### بچوں کا مٹی کھانا

چھوٹی ۱ پچی ۲ گرم۔ طباشیر ۲۳ گرم۔ مصری ۳۶ گرم، ان کا سفوف بنائیں۔ ایک گرم دن میں تین بار دیں۔

(بچوں کے امراض اور ان کا علاج۔ حکیم سیف اللہ سیکھو۔ ص ۱۹۴)

### کشتہ چاندی

ایک تولہ برادہ چاندی لے کر گلاب کے پانی سے گولی بنائیں پھر گلاب کے تازہ پھول دھاپا کے ٹکڑے بنا کر رکھ کر دس بارہ سیر وہیوں کی مگ دیں کشتہ ہو جائے گا۔

(مغربات بے نظیر۔ اس وزیر چند۔ ص ۳۸)

### فالج و لقوہ

سیرمہ مرچوں کو پیس کر روغن میں ملا کر لقوہ کے مقام پر ایپ کیا جائے تو اس سے بہتہ اور کوئی دوا نہیں۔ (ص ۲۸)



## تقویت البصر

گل منڈی کا تولہ، نبات سفید کا تولہ سفوف بنائیں ۹ ماشہ تا زہ پانی سے استعمال کریں۔ بہت عمدہ ہے۔ (ص ۳۹)

## اختلاج قلب، اختناق الرحم، ضعف معدہ

دو چینی کا سفوف بنائیں یک ماشہ خوراک ایک تولہ شہد کے ہر ادلیں۔ (ص ۷۴)

## بیرقان

نوٹ درہ ۲ تولہ، سوۓہ ۲ تولہ، عشبہ ۲ تولہ، پانی وہ بوتل کسی ٹی کی ہنڈیا میں ڈال کر نرم آنچ پر پکائیں جب آدھا پانی رہ جائے تو آگ بند کر دیں، سرد ہونے پر صاف کر لے کام میں لائیں، ۲ تولہ صبح ۱۰ ۲ تولہ شام۔ تین چار روز میں تمام شکایات رفع ہو جاتی ہیں اور چہرہ گلاب کی طرح نکھر آتا ہے۔ عظیم جگر، عظیم طحال، استسقاء کے لئے بھی مفید ہے۔ (ص ۹۴)

## قبض دانسی

برگ سنہ ایک تولہ، بادیان ایک تولہ، نبات سفید ۲ تولہ ہر ایک اشیا کو لیخہ و لیخہ و کوٹ کوٹ کر سفوف تیار کریں۔ خوراک ۴ ماشہ ہر ۶ نیم گرم قبل رند استعمال کریں، بہت مفید ہے۔ (ص ۱۰۸)

## ترباق قولنج

شوخ گوزن سوختہ کہ سفید شدہ باشد ۴ ماشہ پانی کے ساتھ استعمال کیا جائے، بے نظیر ہے۔ (ص ۱۱۰)

## اکسیر سوزاک

ریوند چینی باریک سفوف بنا کر قدرے گڑ ملا کر آمیزش سے بقدر نحو و گولیاں بنائیں تین گولی صبح، تین گولی شام دودھ کی سی سے کھائیں۔ سوزاک خود نیا ہو خود پر ن ہر حد کتنا ہی شدید ہیوں نہ ہو، ایک ہفتہ میں آرام ہو جائے گا۔ (ص ۱۳۶)

## حب سوزاک

جس کو مرض سوزاک میں پیشاب کے ہمراہ خون آتا ہو، ریوند خطائی ۲۱ ماشہ کوٹ چھان کر حبوب بنائیں، تمام حبوب کو چھ خوراک کریں یک خوراک صبح یک شام ہر ۱۰ شربت مصری سے کھائیں۔ (ص ۱۴۷)

## مردمی طاقت کے لئے نایاب نسخہ

خونچان، تالکھانہ، موزن لے کر سفوف بنائیں ۱۰ ریز موزن مصری شامل کریں ۱۰ رہیش ۶ ماشہ صبح کے وقت دودھ کے ساتھ استعمال کیا کریں۔ یہ مختصر نسخہ فوئد میں قمتی خونوں سے بڑھ چڑھ کر ہے۔ (ص ۱۸۰)

## جریان

تو دری سفیدے، شعلی صبح پاؤ بھر دودھ کے ساتھ ۲۱ دن استعمال کریں، بے حد مفید اور زہد اثر ہے۔ (ص ۱۹۲)

## امساک

چنے بھنے ہوئے یک چھٹنک پختہ، اس کے ساتھ ایک چھٹنک مصری ایک گھنٹہ پہلے کھالیں اور پانی نہ پیئیں، ایک گھنٹہ بعد صحبت کرے نزل نہ ہوگا۔ یہ بہت عمدہ نسخہ ہے۔  
(ص ۲۰۸)

## بول فی الفراش

زنج سرخ شگفتہ کے یک ماشہ ہر روز بدرقہ مناسب کے کلائیں۔ تین چار روز میں مرض بول الفراش جاتا رہے گا، اور عمر بھر نہ ہوگا۔  
(مغربات بنوریہ۔ ص ۲۶۵)

## حب مسکین

ستہ سو گندہ، گوری، مصر چاروں ہموزن لے کر سفوف بنائیں پھر ہینگوار کے رس میں کھل کر کے چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔ ایک گون صبح و ایک شام پانی کے ساتھ لیں۔ یہ ایک درد، جمع امفصل، عرق النساء کے لئے بے حد مفید اور مجرب ہیں کوڑیوں کی دوا سے موتیوں کے فوائد یکھیں۔  
(تیر بہدف۔ ص ۵۰)

## یرقان

یرقان کسی سبب سے بھی ہونہایت مجرب ہے، ہر موسم میں قابل استعمال ہے۔ گل ٹیسو اور مصری ہموزن پیس میں بس دو تیر ہے۔ بوقت ضرورت ۶ ماشہ حسب عمر مریض لے کر شب کو پانی میں بھگو کر رھیں، صبح چھان کر نہار منہ پلا دیں۔ سات دن استعمال کریں۔  
(تیر بہدف۔ ص ۱۱۰)

## درد سر

طریقت زبانی ایک تولہ رات کھا کر سورتیں۔  
(ص ۳۴)

## مقوی بصر

سونف چھ ماشہ، مغز بادام سات عدد، مصری ایک تولہ رات کو ملا کر سوتے وقت دو دو سے کھائیں اس کے بعد پانی ہرگز نہ پیئیں چار پیس روز میں نظر اس قدر تیز ہو جاتی ہے کہ ایک لگانے کی ضرورت نہیں رہتی۔  
(ص ۴۱)

## آنکھوں سے پانی آنا

۲۱ عدد بادام کورت کو بھگو دیں اور صبح چھٹکے اتار کر چبائیں۔ پانی نہ پیئیں۔ بند ہو جاتا ہے۔  
(ص ۵۵)

## ریم گوش (کان سے پیپ کا آنا)

سرسوں کے تیل میں لیکر کے پھول جلا کر تیل چھان لیں اور محفوظ کر میں وہ تین قطرے صبح شام کان میں ڈالتے رہیں اس سے کان درد و پیپ آنا بہت جلد دور ہو جاتا ہے۔  
(کنز الحجرات جلد اول ص ۵۸)

## اکسیر دماغ (کشتہ چاندی)

برادہ چاندی ایک تولہ (تیزابی) سیماہ معنی ایک تولہ دونوں کا آب کریم یونی (بھوپلی) (یا گلاب کا پانی) اس تولہ میں کھرب ر کے ٹکیہ بنا کر وہ پتلی پیڑوں میں بند کر کے ۳۰ سیر کی آگ دیں بفضلہ اکسیر دماغ تیار ہے ۲ چاول سے ۴ چاول تک ہائی یا مکھن یا خمیرہ گاؤز بن غیری کے ساتھ پندرہ دن استعمال کریں۔  
(کنز الحیات جلد دوم ص ۳۰۵)

## جریان واحتلام کا اکسیر سفوف

بد ہار، اسکندھ ناگوری، ستلوی ہر سہ برابر وزن لے بار یک سفوف بنالیں اس کے برادہ وزن مصری بار یک میں کر شامل کریں  
۶ ماشہ خورک وہ دھ سے لیں۔ نہایت اکسیر چیز ہے فی کونیا کرتی ہے۔  
(کنز الحیات جلد دوم ص ۴۵۴)

## انتھانی لذیذ ومفید ناشتہ برائے مقوی دماغ

مغز ناریل کوفتہ یک سیر، کشمش ہر مرنخی مال ایک سیر صاف کر دہ، مغز پستہ نیم کوب ایک پاؤ، مغز اخروٹ نیم کوب یک پاؤ، کھجی یک سیر نشاستہ آدھ سیر، چینی سفید حسب ضرورت۔ کھجی کو نرم آگ پر رڑائیں اور نشاستہ ڈال کر اس قدر بریاں کریں کہ سرخ ہو جائے تو پھر چولہے سے تار لیں اس میں پہلے چینی، پھر میوہ جات ملا کر سمبال دیں۔ صبح کے وقت پانچ تولہ تک بطور ناشتہ ہر روز دھ روز نہ کھائیں۔  
بے حد مقوی دماغ و مقوی حافظہ دہ ہے۔  
(کنز الحیات جلد سوم)

نوٹ: اگر مغز باد مقشر نیم کوب یک پاؤ ملا لینے جائیں تو اچھا ہے۔

## قرص جگر (برائے بیرقان A.B.C)

ریوند چینی ۵ تولہ، نوش در شیکری ۳ تولہ، سفوف چہرہ ۵ تولہ، مصر ۵ تولہ ملا کر قرص بقدر ڈھائی رتی بنائیں۔ ایک قرص صبح و شام پانی سے دیں۔ (اس قرص کا ایک ماشہ اسپتال بھریا جانے اور تین وقت ایک ایک استعمال کیا جائے تو بھی ٹھیک ہے۔  
(کنز الحیات جلد سوم ص ۶۲۸)

## معجون سناہ

رسول پاک ﷺ کی حدیث ہے کہ سناہ رشہد موت کے علاوہ ہر مرض کا علاج ہے اس نسخہ کی صداقت کی اس سے بڑی دلیل اور کیا ہو سکتی ہے۔

سفوف سنہ کی۔ مویز منقی، روغن بادام ہر ایک چھ ماشہ۔ گل قند چھ تولہ۔ مغز بادام ایک تولہ۔ سفوف سنہ کو روغن بادام میں چرب کریں و مغز بادام و مویز منقی شامل کر کے گل قند میں ملا لیں۔ چھ ماشہ ہر آدھ رات کو دیں۔ دینی قبض و رتخ کے لئے مجرب ہے۔

(کنز الحیات جلد سوم ص ۶۵۷)



## کسی بھی طرح کا گرمی کا اثر

گلوکوز کا بڑا ڈبہ ہر ایک تولہ ست پودینہ ملائیں۔ نصف چمچہ تین وقت میں اکسیر اعظم ہے۔ کابوس کے سے بھی کسیر ہے۔

## داد چنبیل

نمک کا تیز ب روئی کے ساتھ ایک مرتبہ متاثرہ مقام پر لگا دیں خشک ہونے پر سروسوں کا تیل لگائیں ایک دن چھوڑ کر ایک دن یہ نسخہ استعمال کریں۔

## چوٹ لگنے یا کسی چیز کے لگے سے خون کا نکلنا

خون نکلنے کی جگہ پر چائے کی پتی ڈال کر تھوڑی دیر دبا کر چھیں خون بند ہو جائے گا باتھ بنائیں خشک ہونے پر پتی خود بخود ترقی چائے کی ہر رس جگہ چوٹ کا نشان بھی نہ رہے گا۔

## دست بند کرنے کے لئے

منقہ ج سمیت چمکی طرح رڑ ر چٹنی بنالیں ایک رام کی خوراک دیں ایک ایک گندہ بعد کسی بھی قسم کے دست ہوں بند ہو چاتے ہیں۔

## مقوی باہ

برگ زوسہ ایک تولہ روز رات کو پانی میں چٹکویں صبح ملا چھان کر پی لیں اکسیر ہے۔

## جھٹکے لگنا

سارے بدن یا صرف دہان میں سوتے یا جاتے ہوئے جھٹکے لگتے ہیں۔ پانی کے ایک کپ میں سونے کی کوئی گلوٹھی وغیرہ ۲۱ مرتبہ لگائیں پھر وہ پانی دن میں تین مرتبہ پلائیں اکسیر ہے۔

## آنکھوں کے جملہ امراض

سلطان ل شجار (سرک) کے تازہ سنے جوں کا پانی اور عرق کلاب اعلیٰ درجہ کا ہوزن ملا لیں نظر کی کمزوری اور آنکھ کی خرابی کے سے کسیر اعظم ہے ایک ایک قطرہ دن میں تین بار ڈالیں۔

## ہر مرض کے لئے

مرد و دیوہ موسم جو جاری ہو اس کا پھل لے کر اس پر شہد ڈال کر صبح نہار نہ کھائیں تین دن اکسیر ہے۔

## ایڑوں کا پھٹنا

کوئی بھی صابن کاٹ کر پانی ملا کر مرتبہ بنالیں رات کو سوتے وقت پھٹی ہوئی جگہ پر لگائیں چند روز، کسیر ہے۔

## آنکھوں سے پانی کا آنا

بعض لوگوں کی آنکھوں سے پانی بہتا رہتا ہے اور وہ مختلف قسم کے سرے استعمال کرتے ہیں لیکن فائدہ نہیں ہوتا اس کے سے ۲۱ عدد

بد مزہ زندہ چبایا کریں۔ کسیر ہے۔ بادام میں فاسفورس ہے۔ (رات کو پانی میں بھگو میں صبح چھیل کر نہار منہ کھائیں)

## قلّت شیر

زیرہ سفید ضرورت بار یک کر لیں، اس کے بموزن مصری ملا میں صبح و شام ایک ایک تو۔ پانی سے دیا کریں دو دو بکثرت پینہ ہوگا۔

## ہچکی کا علاج

معدے کی خشکی کی وجہ سے ہوتی ہے اور یہ انہی کی ایک قسم ہے جسے انہی روکنے والی کسی بھی رو سے روکا جاسکتا ہے۔ یک تو۔ بڑی لچکی بعد چھپکے سمیت کوٹ کر دھاپا پانی میں جوش دیں آدھا رہنے پر اتاریں سرد ہونے پر پائیں بفسلمہ تعالیٰ حلق سے تر تے ہی چکی بند ہو جائے گی۔

## موتی جھرا (خسرہ)

علامتیں (پسینہ کا زیادہ آنا، کھانسی، بخار، سردی، سانس کا پھولنا)

خوب کھان (خاکسی)، عتاب، مٹتی، ہر ایک ۵۰ گرام، انجیر ۷۰ عدد، مصری ۱۰۰ گرام کی ۷ خوراک بنائیں یک گلاس پانی ڈال کر مٹی کے برتن میں رات کو بھگو دیں صبح کو بال کر ایک کپ بنائیں اور صبح کو نہار منہ پادیں ابلے ہوئے سدان میں دو بارہ پانی کا یک گلاس ڈال دیں اور اسی طرح رات کو بال کر پائیں اب اس سامان کو پھینک دیں اور رات کو دھرا حصہ بھگو دیں اس طرح سات دن رات پائیں موتی جھرا اگر ہڈیوں میں بھی پھنسا ہوا ہوگا تو نکل جائے گا۔

## ملیریا بخار

نمک لاہوری ایک ماشہ اور چینی دو ماشہ اچھی طرح پیس لیں یہ ایک خوراک ہے۔ تڑھے ہوئے بخار میں پانی یا دو دو سے دیں تین مرتبہ دن میں دیں بخار اتر جائے گا۔ صد ہا مرتبہ کا تجربہ شدہ ہے۔

## ایک عجیب پھکی

سونف، دھنیا، زیرہ سفید، نار دانہ ہر ایک ۵۰ گرام۔ کالامک ۲۵ گرام۔ ست لیموں ایک تولہ۔ مصری یک کلو۔ سب چیزوں کا لگ لگ سفوف بنا کر مد لیں، نصف چمچہ تین وقت لیں۔ یہ ایک مجرب اور لذیذ چورن ہے جو کہ ہر گھر کی ضرورت ہے۔ بد ہضمی، گیس، تکی کا آنا، بڈ پریش کا کم یا زیادہ ہونا، سینے کی جلن، ڈیپریشن کو دور کرنے کے کسیر ہے۔ ہر گھنٹہ بعد بھی نصف چمچ ستوں یا جاسکتا ہے۔

## درد گردہ کمزوری سے

۱۔ ویسکی کھی یک چھٹک میں دھاتا تولہ مرغ ملا کر جلائیں جب جل جائیں تب اتار کر چھان میں اس کھی کا یک چمچ پائیں کسیر ہے۔

۲۔ بھٹکوی سفید بریں کر لیں اور ایک رتی چالیس دن پانی سے کھلائیں، گردے کو ہٹیل کی طرح بنادیں گے۔ ہر روز دے فیل

ہو جائیں تو وہ بارہ کام کرنا شروع کر دیں گے، اسیر ہے۔

## ہڈی جوڑنے کے لئے

ششترف روئی یک تولہ۔ بھٹلوئی سفید ۵ گرام دونوں کو کھل کر لیں اور توڑے پر ڈال کر میاں کریں، پھر سفوف بنائیں اور وہ رتی تین وقت دن گرم دودھ سے دیں۔

## دافع احتلام و جریان و لیکوریا

سپھول کی بھوسی یک چمچ صبح نہار منہ دودھ سے لیں اسیر ہے۔

## ہر مرض کے لئے

چھوٹی ال پٹکی، طباشیر، ست گلوہموزان اور ان کے ہم وزن گلوگوز ملائیں۔ نصف چمچ تین وقت دن میں شربت بڑھری یا سادہ پانی سے لیں۔

## اکسیر جگر (ہیپاڈانیٹس۔ ورم۔ سدیے۔ خون کی کمی)

چھبہ، یو، ریوند چینی ہر ایک ۵ گرام، نوشادر ٹیکری ۲۵ گرام سفوف بنا کر ایک ماشہ والے سپھول بھر میں تین وقت کھانا کھانے کے بعد وہ سپھول پانی سے لیں اور تمام اور فرانی چیزیں بند کر دیں وہی کا استعمال زیادہ رکھیں، اسیر ہے۔

## ترباق بے ہوشی

نمک، ہوری پانی میں حل کر کے مریض کے ناک میں دونوں طرف ایک ایک قطرہ پکائیں فوراً ہوش میں آجائے گا خواہ بے ہوشی کی وجہ چھو بھی ہو ورنہ عرصہ کیوں نہ ہو گیا ہو۔

## الرجک

سونف، پودینہ، ملٹھی، جوہن ہم وزن سفوف بنائیں، کھانا کھانے سے پہلے نصف چمچ پانی سے میں تین وقت، یک ماہ استعمال کریں اور تمام ترش و رباوی چیزوں سے پرہیز کریں۔

## بچوں کا سوکھتے جانا

روزانہ ہر سوں کے تیل کی سارے بدن پر ماش کر لیں، جالٹل ۵ گرام، چینی سوڑا، سوہاگہ ۱۰ گرام، یک ماشہ سب کا سفوف بنائیں اور یک ایک رتی تین وقت دودھ سے دیں اسیر ہے۔

## ڈیپریشن

ثابت سپھول یک چمچ صبح نہار منہ اور ایک چمچ عصر کے وقت پانی یا دودھ سے میں۔

## ہاتھ اور پاؤں کے مسے

چونا پان والا ورنہ پڑے دھونے والا سوڈا، یک نمبر ہموزان ایک قطرہ پانی کا ڈال کر ملائیں اور مسے پر گائیں جلد دے گا۔



## کیسٹروں کم کرنے کے لئے

میتھی کے جج، بڑی، پچی، اپو دینہ خشک، ہم وزن سفوف بنائیں کھانا کھانے کے بعد نصف چمچ میں اکسیر ہے۔

## آنکھ اور دماغ کی کمزوری دور کرنے کے لئے

۹ عدد بادام رات کو پانی میں بھگو دیں صبح چھیل کر ایک بادام کے ساتھ ایک عدد کشمش کا دانہ ملا کر چبائیں اس طرح سارے بادام

کھا لیں۔ ایک ماہ استعمال کریں اکسیر ہے۔

## پھیپھڑوں سے خون آنا

زہرہ ۸، طباشیر، چھوٹی ۱۱ پچی، مصری، موزن سفوف بنائیں نصف چمچ صبح ۹ شام تازہ پانی سے میں۔

## سانپ کاٹے کا علاج

ریوند چینی کا سفوف بنائیں ۲ رتی تین بار دن پانی سے دیں زہر ختم ہو جائے گا۔

## پتہ کی پتھری

۳ عدد، بہیز ۸، ہڑ زرد ہر ایک دو تولہ کا سفوف بنائیں۔ ۴ عدد کانل مرچ اور ۴ عدد زرد کوڑی بھی پیس کر ایک بوتل لیموں کے رس میں ڈال دیں

تین چمچ تین وقت پانی سے لیں اور پر سے خوب پانی پیئیں دو دو اور گوشت والی تمام اشیاء بند رہیں گی ایک ماہ اکسیر ہے۔

## ھڈیوں کا درد اور ڈسک پرابلم

گوند بول ایک پاؤ گوند کثیر، ۵۰ گرام دیسی کھی میں بریاں کر میں اور سفوف بنائیں ایک چمچ دو دو سے میں ۱۵ یوم کے بعد فائدہ

نظر آئے گا۔

## دماغ اور پیٹ میں پانی کا بھر جانا

سنگلجرح ایک پاؤ ایک سیر پمفلدی سفید میں رکھ کر گل حکمت کر کے دس کلوہ پلوں کی آگ دیں سرد ہونے پر نال میں اور سنگلجرح کو

پیس لیں ۲، ۲ رتی کی خورک صبح و شام پانی سے سات دن دیں اکسیر ہے۔

## سر کی جونیں

کانو کو سفوف بنا کر سرسوں کے تیل میں ملا کر سر کو لگا لیں ۵ گھنٹے بعد سر کو دھو میں تین چار دن گائیں سب مر جائیں گی۔

## کان کا درد غلی کا بڑھ جانا اور زخم

ریوند عصارہ پانی میں گھول لیں کان میں دو قطرے ڈالیں درد بندہ جائے گا۔ ایک رتی کھلائیں بڑھی ہوئی تلی ختم ہو جائے گا۔ پانی

میں گھول مر زخم پر گائیں خشک ہو جائے گا۔

## کان کی بھنبھناہٹ

ایک تولہ رتن جوت کوٹ کر ۵۰ گرام سرسوں کے تیل میں ملا کر گرم کر لیں جب تیل سرخ ہو جائے تو چھان میں یہ تیل کان میں ایک

یک قطرہ ڈالیں تین بار دن۔

### ذکات حس وسوزاک

سبز مہندی کے پتے ایک مشٹ پانی کی ایک بوتل میں ڈال دیں جب رنگ سرخ ہو جائے تو تین وقت ایک ایک کپ پلائیں کسیر ہے۔

### امرت دھارا ( ہر مرض کے لئے )

کافور، ست جوائن، ست پودینہ، موزن لے کر کسی کانچ کی شیشی میں ڈال کر تموزی دیر منہ بند کر کے رکھ دیں پانی بن جائے گا و قطرے کسی چیز میں مد کر رکھ دیں یا گائیں۔

### پیٹ کے کیڑے

ٹسٹ (سناہیرا) کو کوٹ کر پانی نکال لیں آدھا گلاس یہ پانی پلا دیں تین رہ نہ کسی بھی وقت، سب کیڑے مر جائیں گے۔

### عرق النساء

چند برس کا سفوف بنالیں ایک ماشہ رات کو دودھ سے دیں۔ سم الفار اور اذراقی بھی مفید ہے۔

### مقوی دل و دماغ

تیز بنی چاندی، سیما ب، شاخ مر جان، موزن کھل کر کے کھیلو اور میں گولی بنا میں وہ پیپ میں بند کر کے گل کریں و رہیں کلو کی آگ دیں کشتہ ہو جائے گا۔ ایک رتی کی خوراک مکھن سے لیں۔

### جاروب دماغ

سطحہ ہس، سونف، نمک سیاہ، نوشادر، موزن کا سفوف بنالیں ۲ ماشہ صبح و شام پانی سے میں کسیر ہے۔ درد سر، دماغی بوجھ، زلزلہ زکام اور تمام مراض چشم کے سے بہترین علاج ہے۔

(استاذ اچھلا، عبد کریم سمس مرحوم)

### مقوی باہ

- ۱۔ ۵۰ گرم سفید پتھری، ایک تولہ سم الفار سفید، ایک تولہ شکر ف رمی سب کو کھل کر کے توڑے پر ڈال کر میوں میں جب دھوس اٹھنا بند ہو جائے تو تار پر پیس کر سفوف بنالیں۔ نصف رتی خوراک وہ دودھ سے عصر کے وقت میں، سات دن تک۔ (باجا کڈ فقیر مرحوم)
- ۲۔ ایک تولہ گندھک ۳۔ ۵۰ گرم ورا ایک تولہ سیما ب مصفی کھل کر کے بجلی بنائیں پھر ایک تولہ سم الفار سفید ڈال کر کھل کریں پھر ایک تولہ ۳۔ فیم ڈال کر ۲ دن تک کھل کریں۔ ایک چال خوراک صرف تین دن استعمال کرائیں۔ (ایک خلیفہ پیر پکارا مرحوم)

T.B

سونھ ۳ تولہ، کان مرچ ۳ تولہ، نوشادر پتھری ایک تولہ، ہمال و رقیہ ایک تولہ سب کا سفوف بنالیں اور اچھی طرح کھل کر لیں ۲ رتی

کی خوراک تین ہارون میں وہ دھوا آب تازہ سے دیں۔

### پھوڑے پھنسیاں زخم

کلورہائیٹین یا ٹیرہائی کا پھسول لیں، اس میں ایک قطرہ ہرسوں کے تیل کا ملا کر مرہم بنائیں اور مذکورہ جگہ پر لگائیں خشک کر دے گا۔  
(رنا کہیڑی رچپوت)

### گردہ پتھری بنا نا بند کر دے

سنگ یہود کو تھیکو ر میں کشتہ کر لیں ایک رقی خوراک چالیس دن پانی سے دیں گردہ وہ بارہ پتھری نہیں بنائے گا۔  
(میاں محمد صدیق سہو مرحوم)

### صحت میں لذت محسوس نہ ہوتو

یہ دماغی کمزوری سے ہوتا ہے کوئی بھی مقوی دماغ چیز استعمال کریں۔

(حکیم مودی سہیل بونچ)

### سرعت انزال کی شکایت ہوتو

یہ پردے کی کمزوری سے ہوتی ہے مقوی گردہ کوئی چیز استعمال کریں۔

(حکیم محمد سہیل بونچ)

### انتشار نہ ہوتو

یہ دل کی کمزوری سے ہوتا ہے مقوی قلب کوئی چیز استعمال کریں جیسے حب منیر یا خمیرہ مرہم حکیم ارشد علی۔

(مولوی حکیم محمد سہیل بونچ)

### کرم منی پیدا کرنے کے لئے

۵ دنے نجیر کوہر کہ گوری میں رات کو بھگو دیں۔ صبح کھائیں ۱۵ دن کافی ہے۔ کیز ابدہ میں پیدا ہوتا ہے وریہ بدبودار ہے۔

(بابا رحم دین رچپوت)

### بواسیر خونی و بادی

۵ عدد نجیر کے دانے رات کو مٹی کے برتن میں بھگو دیں صبح نہار منہ کھائیں اور وہ پانی جس میں بھگوئے تھے پی میں ایک ہفتہ کافی

(بابا رحم دین رچپوت)

### ٹیسٹ کرم منی

استمبالید کے ذریعے منی نکال کر پانی کے ایک کنورے میں ڈالیں اگر منی نیچے بیٹھ جائے تو کرم ہیں درمیان میں رہے تو کم ہیں اور

(محمد جاوید رائیں)

پانی کے وپر ہی تیرتی رہے تو بالکل ہی نہیں ہیں۔



## ورم رحم اتارنے کے لئے

گلیسرین کا پچایہ صبح و شام رحم میں رکھیں ۵ دن۔ سارا دن پانی جاری رہے گا اور ورم اتر جائے گا۔

(ذو الفقار علی خاٹلی)

## کمزوری چشم اور درد سر

دو چمچ گندم۔ دو چمچ خشکاش۔ دو چمچ چاروں مغز۔ ۶ ابادام رات کو پانی میں بھگو دیں، صبح کو ۲۰ دانے دیکھنی مرچ کے بھی ملا کر پیس لیں، پھر آدھا کلو دودھ میں ملا کر مصری حسب ضرورت شامل کر کے نہار منہ پیئیں۔ ایک گھنٹہ بعد ناشتہ کریں ہر دیوں میں گرم کر کے استعمال کریں اور دو چمچ گھی کا اضافہ بھی کریں اور گرمیوں میں ٹھنڈا کر کے استعمال کریں۔

(محمد یامین مغل)

## بواسیر کا خون بند کرنا

انا رکا چھلکا اور زیرہ سفید ہم وزن سفوف بنالیں ایک ایک چمچ تین وقت پانی سے لیں۔

(حکیم محمد جاوید)

## مقوی گردہ

مہجون فلاسفہ رات کو ایک چمچ لیں اور معجون زرعونی مہری صبح کو ایک چمچ لیں اور تین عرق بادیاں۔ مکواور کاسنی ملا لیں ایک ایک کپ تین وقت پیئیں۔

(حکیم عبدالکریم سموں مرحوم)

## گرمی کا اثر ختم کرنے کے لئے

پنیر کو چھیل کر سفوف بنالیں دو گنا مصری ملا لیں ایک چمچ رات کو دودھ سے لیں۔

(حکیم عبدالعزیز بخاری)

## شربت املی و آلو بخارا

ایک کلو املی، ایک پاؤ آلو بخارا، چھ کلو پانی، تین کلو چینی، اس کا شربت بنالیں۔ اشتہا بے بہا کے لئے چار چمچ پانی کے گلاس میں ڈال کر تین وقت پیئیں، اکسیر ہے۔

## اکسیر مغلط منی

تالکھانہ، اسگندھ ناگوری، موصلی سفید، بہمن سرخ، گوگھرو، ہر ایک سو سو گرام مصری پانچ سو گرام، تخم ریحان 250 گرام سب چیزوں کا سفوف بنالیں سوائے تخم ریحان کے اس کو ثابت ملا لیں اور ایک چمچ رات کو دودھ سے لیں۔

## سیماب کو مصفی کرنے کا آسان طریقہ

سیماب کو کسی پیالی میں ڈال لیں اور تھوڑا سا نمک ڈال کر ہائیڈروجن پر آکسائیڈ ڈالیں اور کھول کریں کالا ہو جانے پر پانی ڈال کر دھو دیں اس طرح چند بار کریں مصفی ہو جائے گا۔

(مولوی اسماعیل بلوچ)

## قوت باہ

سم الفار سفید ایک تولہ، شکر ف دہ تولہ دونوں کو ایک بوتل لیموں کے رس میں کھل کر لیں ایک چاول خوراک اکسیر ہے۔  
(ڈاکٹر غلام مصطفیٰ حمدانی)

## برائے پتھری گردہ

ماریل کا پانی نکال لیں اور اس میں کالائیک سفوف بنا کر بھر لیں۔ آدھا کلو کپڑے کی کپڑوٹی کر دیں۔ ۱۵ کلو اوپلوں کی آگ دیں سرد ہونے پر احتیاط سے نکال لیں ہموزن نوشادر خشکری ملا لیں، ایک ماشہ خوراک تین وقت دن میں کچی لسی سے لیں اکسیر ہے۔  
(حکیم محمد جاوید)

## انگریزی دواؤں کا معدہ پر سے سانیڈ ایفکٹ ختم کرنا

دہی میں سبز پودینہ، دھنیا سبز اور زیرہ سفید کوٹ کر ملا لیں ہلکی سے نمک مرچ ملا لیں ایک ایک چمچ ہر دس منٹ بعد لیں آدھا کلو دہی روز اس طرح کھائیں سات دن تک۔

## بو اسیر خونی و بادی

نیم کی نمولی کا مغز اس قدر کھل کریں کہ پاؤڈر ہو جائے۔ مقعد پر سرسوں کا تیل لگا کر یہ سفوف لگوٹ مار لیں تین رات اکسیر ہے۔  
(بابا منگتا مرحوم)

## اکسیر مغلط

تالکھانہ اور بھوسی اسپنول ہموزن سفوف بنالیں ایک چمچ رات کو استعمال کریں

(محمد جاوید آرائیں)

## دیوی کا کانٹا لگ جانے تو

اسی درخت کے پتے کوٹ کر روز کانٹے کی جگہ پر باندھ دیں زہر ختم ہو جائے گا۔

## حالت بخار میں

روٹی بالکل بند کریں صرف دودھ اور ڈبل روٹی کا استعمال کریں۔

## بالوں کا گرنا اور گنجا پن

مہندی کے سبز پتے سو گرام، دو سو گرام سرسوں کے تیل میں جلا لیں حتیٰ کہ کالے ہو جائیں پھر تیل چھان لیں۔ یہ تیل لگائیں۔  
(محمد جاوید آرائیں)

## گردے سے لے کر پیشاب کی نالی تک کی خرابی

ایک گلاس پانی میں دو چمچ شہد خالص ملا کر پی لیں تین وقت دن۔

## گرمی کا دشمن

بڑا ڈبہ گلوکوز اور ایک تولہ ست پودہ پینس کر ملا لیں ۶ ماشہ خوراک تین وقت دن۔

## قبض

سنائی اور گلوکوز ہموزن ملا لیں ۳ گرام رات کو سوتے وقت پانی یا دودھ سے لیں۔

## مسوڑھوں سے خون آنا

پلاسٹک آف پیرس، بیٹھا سوڈا ہموزن ملا لیں صبح و شام دانتوں کو ملیں دانت چمک دار ہو جائیں گے اور مسوڑھوں سے خون آنا بند

ہو جائے گا۔

## حمل کا بار بار گرنا

جامن کی گٹھلی کا سفوف بنالیں ایک چھ رات کو دودھ سے لیں ایک ماہ۔ (استاد روشن)

## بچوں کا سوکھڑا

اس کی علامت یہ ہے کہ بچے کان کی اوکو دبا لیں گے تو بچہ درد محسوس نہیں کرے گا درد محسوس کرے تو سوکھڑا نہیں ہے بہر حال بکرے

کی کٹیجی کو جلا کر سفوف بنالیں اور گلوکوز ڈی ملا لیں ایک ماشہ کی خوراک تین بار دن میں دیں ہسرخ و سفید ہو جائے۔ (میاں محمد نعیم)

## کینسر ہر قسم کا

سو گرام روغن زیتون میں ایک تولہ ہلدی جلا لیں۔ پھر تیل کو چھان لیں۔ میں قطرے اس تیل کے تین وقت کسی چیز میں ڈال کر

پلائیں اور اوپر سے نیم گرم پانی پلائیں۔ ۲۲ سالہ مجرب نسخہ ہے (ڈاکٹر حافظ محمد ابراہیم)

## برائے قوت باہ

افیمون، سم الفار سفید، سیماب مصفی ہموزن تینوں کو اتنا کھل کریں کہ صلا یہ ہو جائے بس اکسیر تیار ہے نصف چاول خوراک ہمراہ

بالائی بعد از غذا دن میں صرف ایک خوراک ہے۔ انتشار خوب دیتا ہے۔

(ماہنامہ پیغام آیورہ یف کارس رسائن کشتہ جات نمبر ۷۵ مئی۔ ص ۷۸)

## بخار بدن کا ٹوٹنا

بادام ایک پاؤ، اجوائن ستر گرام، خشخاش ساٹھ گرام، الائچی خورد (چھوٹی الائچی) پچاس گرام، مصری ایک پاؤ۔ ان سب کی دس

خوراک بنالیں رات کو ایک خوراک پانی میں بھگو دیں صبح بادام کو چھیل لیں اور اجوائن کو اس طرح پانی میں بھگو تا ہے کہ کسی کپڑے میں باندھ

کر رکھیں اور پہلے اس کو کپڑے سمیت نچوڑ لیں پھر اس کو اور باقی تمام اشیاء کو کسی کوٹھی میں ڈال کر رگڑیں اور تھوڑا تھوڑا پانی کا چھینٹا لگاتے

جائیں جب تمام اشیاء باریک ہو جائیں تو ایک گلاس پانی ملا کر چھان لیں اور حسب ضرورت مصری ملا کر صبح نہار منہ پی لیں۔ اکسیر چیز ہے

(مولوی محمد اسماعیل بلوچ)





## معدے کی گرمی

دو پہر کے وقت کھانا نہ کھائیں اس کی جگہ تریوز جتنا ہو سکے کھائیں اور دو گھنٹے تک پانی نہ پیئیں ایک دو روز میں معدے کی تمام گرمی ختم ہو جائے گی۔

## بد ہضمی ہر مرض کی جڑ

عموماً زیادہ کھانے یا فری چیزیں کھانے سے ہوتی ہے اور آج کل فارمی مرغی کا گوشت کھانا بھی اس کا ایک بہت بڑا سبب ہے جس کی وجہ سے سینے میں جلن اور معدے میں آگ سی لگ جاتی ہے اور جگر کے مقام پر درد شروع ہو جاتا ہے۔ اس کا بہترین حل یہ ہے کہ کھانا بند کر دیں اور دہی کی لسی بنالیں اور چھان لیں اور چینی حسب ضرورت ملا لیں اور برف کو باریک کر کے اتنی ڈالیں کہ یہ لسی برف کی طرح ٹھنڈی ہو جائے اور پھر اس کے ایک یا دو گلاس پی لیں چار گھنٹے بعد دوبارہ یہی عمل کریں۔ مکمل آرام آ جائے گا۔

## طبی اوزان

۸ پاول = ایک رتی	۸ رتی = ایک ماشہ
۱۲ ماشہ = ایک تولہ	۵ تولہ = ایک چھٹانک
۲ چھٹانک = آدھ پاء	۴ چھٹانک = ایک پاء
۸ چھٹانک = آدھ سیر	۱۶ چھٹانک = ایک سیر
۱ ماشہ = ایک گرام	۱۰ تولہ = دس گرام